

Or sans la foi il est impossible de lui être agréable; car il faut que celui qui s'approche de Dieu croie que Dieu existe, et qu'il est le rémunérateur de ceux qui le cherchent.

ROMAINS 8:38-39  
*Car j'ai l'assurance que ni la mort ni la vie, ni les anges ni les dominations, ni les choses présentes ni les choses à venir, ni les puissances, ni la hauteur, ni la profondeur, ni aucune autre créature ne pourra nous séparer de l'amour de Dieu manifesté en Jésus-Christ notre Seigneur.*

# JEÛNE DE DANIEL

Livret

Edition 2026





# JOUR 1

**Actes 2:46-47 (LSG)**

**« Ils étaient chaque jour tous ensemble... ils rompaient le pain dans les maisons... louant Dieu... et le Seigneur ajoutait chaque jour à l'Église ceux qui étaient sauvés. »**

Pour 2026, notre désir est que les groupes de maison de Paris Évangile soient établis comme de véritables lieux de feu, de vérité et de vie. Des espaces simples, authentiques et profonds, où chacun peut venir tel qu'il est, s'exprimer librement, grandir avec assurance et apprendre à marcher avec Dieu sans crainte ni jugement.

Nous aspirons à voir des maisons habitées par la présence de Dieu, remplies de frères et sœurs unis par l'amour, la joie et la simplicité de l'Évangile. Des lieux où la maturité spirituelle se développe naturellement, au point que le Seigneur Lui-même juge bon d'y ajouter d'autres âmes. Les groupes de maison ne sont pas un programme de plus, ni une structure figée. Ils sont un mouvement vivant, animé par l'Esprit, porté par des cœurs disponibles, engagés et obéissants. Des hommes et des femmes qui choisissent d'ouvrir leur maison, mais surtout leur cœur, pour laisser Dieu agir, transformer, guérir et faire grandir. Nous croyons que c'est dans cette simplicité assumée, cette fidélité discrète et cette communion sincère que Dieu bâtit quelque chose de durable. Et nous avançons avec cette conviction paisible : là où l'amour est vécu, la vie se multiplie.

## **DECLARATIONS | DÉFI :**

Aujourd'hui, propose à un membre de ton groupe de maison de partager le repas du Seigneur.

Si tu n'as pas encore de groupe, contacte Patrick afin d'en rejoindre un.

Nous déclarons que chacun a une maison spirituelle, et que 2026 est une année de croissance, d'expansion et de multiplication pour chaque groupe de maison.

## **SUJETS DE PRIÈRE :**

- Que chaque groupe de maison grandisse en maturité et en amour.
- Que chaque maison soit un lieu d'accueil, de guérison et de restauration, marqué par la simplicité et la générosité.
- Pour les responsables de groupes de maison
- Que Dieu leur accorde une grâce nouvelle, du temps et de la sagesse pour prendre soin des groupes et de leurs familles.
- Que le Seigneur suscite de nouveaux hôtes et leaders, prêts à ouvrir leur maison et leur vie pour l'avancement du Royaume.

# | JOUR 2

**1 Timothée 4:14-16 (LSG)**

**« Ne néglige pas le don qui est en toi... donne-toi tout entier à ces choses, afin que tes progrès soient évidents pour tous. »**

En 2025, nous avons vu la bénédiction de Dieu se manifester de manière tangible au travers des jeunes adultes de Paris Évangile, en particulier lors des cultes de la Pentecôte et de fin d'année. Ces moments ont été des signes forts, des témoignages vivants de ce que Dieu est déjà à l'œuvre. Et pourtant, nous croyons de tout notre cœur que cela n'était que les prémisses de ce que le Seigneur désire encore accomplir.

Pour 2026, nous entrons dans une saison nouvelle. Une saison marquée par une consécration plus profonde des jeunes adultes, une mise à part joyeuse et volontaire qui fait entrer l'Église dans une Gloire renouvelée. Nous croyons que Dieu appelle cette génération à se lever dans la plénitude de Son appel, sans crainte ni retenue. Leurs dons ne sont ni oubliés ni négligés ; ils sont réveillés, affermis et mis en action pour l'édification du corps de Christ et le témoignage de l'Évangile. C'est une génération qui se lève, consacrée, enracinée dans la Parole et conduite par l'Esprit. Une génération dont la croissance, la maturité et les fruits deviennent visibles pour tous. Et avec le Seigneur à leurs côtés, nous les voyons avancer avec assurance, de gloire en gloire et de victoire en victoire, pour la joie du Père !

## **DECLARATIONS | DÉFI :**

Aujourd'hui, appelle ou envoie un message à au moins un jeune adulte pour l'encourager, en lien avec un don qu'il a exercé et par lequel tu as été bénii, ou que tu vois comme un potentiel.

Nous déclarons que les jeunes adultes de Paris Évangile marchent avec assurance dans leur appel, pour la gloire de Dieu et l'édification de l'Église et qu'ils n'ont pas de crainte à prendre la place qui est la leur.

## **SUJETS DE PRIÈRE :**

- Remercions Dieu pour les jeunes adultes, pour leur fidélité et leur engagement dans le service.
- Déclarons que leur groupe est un lieu de croissance, de révélation et d'équipement spirituel.
- Que les dons de chacun soient pleinement développés et mis au service de tous.
- Prions pour la faveur de Dieu sur leur travail, leurs relations et leurs futurs conjoints, afin qu'ils entrent pleinement dans leur appel et leur destinée.

# JOUR 3

**2 Corinthiens 3:17 ; Psaumes 119:44-45**

**« Or, le Seigneur c'est l'Esprit; et là où est l'Esprit du Seigneur, là est la liberté. » (Secong 1910)**

**« J'observerai ta Loi sans cesse et pour toujours, alors je pourrai vivre dans la vraie liberté, car j'ai à cœur de suivre tes préceptes. » (Semeur 2015)**

La liberté, en tant que pilier de la foi chrétienne, naît de notre communion avec le Saint-Esprit. Cette connexion divine nous offre la possibilité de vivre pleinement, d'accomplir l'impossible et de présenter à Dieu nos aspirations les plus audacieuses. En embrassant cette liberté, nous avons l'opportunité de vivre des moments de gloire avec notre Père, tels que ceux vécus par Moïse et Adam. Cette liberté nous confère la capacité de faire ce qui est juste, de dire non, et de provoquer des changements pour le bien. Marcher dans cette liberté découle directement de notre communion avec le Saint-Esprit. Cette liberté nous permet de garder la tête dans le ciel tout en ayant les pieds sur terre. En entrant dans la liberté offerte par Christ, Dieu peut accomplir l'impossible. Ne pas vivre pleinement cette liberté équivaut à limiter Dieu ou à réduire ce que nous pouvons faire pour Lui. Pourquoi hésiter à demander des choses impossibles à Dieu ? Nous avons la liberté de prier par des soupirs inexprimables, de présenter à Dieu les désirs les plus profonds de notre cœur. Notre Père se réjouit lorsque nous embrassons cette liberté pour Lui demander ce qui nous dépasse. Avec la présence du Saint-Esprit, nous pouvons déplacer des montagnes, accomplir des prodiges, et entrer dans les promesses que le Père a pour notre vie.

## DECLARATIONS | DÉFI :

La liberté est au fondement de mon appel ! Je déclare que je suis libre et affranchi, libéré de mon passé, libéré du perfectionnisme et de la morale religieuse, libéré de la crainte des hommes et libéré de la fausse image que j'avais de moi-même.

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Que le Seigneur nous conduise dans une dimension plus profonde de liberté.
- Que l'église soit traversée par une vague de liberté dans l'amour, la louange, l'adoration et l'expression des dons de l'Esprit.
- Que nos culte personnels deviennent des lieux où le Saint-Esprit a toute liberté pour nous conduire plus loin.

**Osons exprimer maintenant au Père des désirs pour notre relation avec Lui que nous jugeons jusque-là « trop ambitieux » ou « pas pour nous » !**

# | JOUR 4

**Psaume 51:17**

**« Seigneur, ouvre mes lèvres, et ma bouche proclamera ta louange. »**

Ce temps de jeûne de Daniel est une grâce : une occasion de laisser Dieu nous rapprocher toujours plus de Lui. Pour ceux qui sont nés de nouveau, louer Dieu peut sembler naturel. Pourtant, ce verset nous invite à examiner nos paroles, car ce qui sort de notre bouche révèle ce qu'il y a dans notre cœur.

Nos paroles peuvent être créatrices ou destructrices. Louer Dieu le dimanche est souvent facile... mais qu'en est-il une fois sortis de l'église ? Si tu te tiens devant Dieu aujourd'hui, peux-tu dire que ton langage honore aussi ton prochain ? Aimer son frère se manifeste aussi dans les mots que nous choisissons.

Laissons derrière nous les critiques, les commérages, les paroles blessantes ou inutiles. Même lorsque les sujets sont sensibles ou inconfortables, cherchons à parler avec vérité, sagesse et amour. La maturité spirituelle, c'est prendre soin de son cœur – et donc de ce qui en sort par la bouche.

Qu'est-ce que tes paroles révèlent aujourd'hui de l'état de ton cœur ?

## **DECLARATIONS | DÉFI :**

Je déclare que ma bouche est un instrument de vie et non de destruction.

Je choisis des paroles qui honorent Dieu et édifient mon prochain. Aujourd'hui, je veille consciemment à mon langage, à la maison, au travail et dans mes relations.

Je laisse le Saint-Esprit transformer mon cœur afin que mes paroles reflètent Christ.

## **SUJETS DE PRIÈRE :**

- Demandons au Seigneur de nous montrer avec vérité si quelque chose dans notre langage doit changer.
- Invitons-Le à nettoyer et renouveler nos cœur, afin que notre bouche soit aussi purifiée.
- Si le Saint-Esprit nous rappelle des paroles mal prononcées, demandons-Lui Sa sagesse pour réparer, demander pardon et restaurer.
- Un pas de plus, si nous en avons le courage : recherchons la paix de Christ dans une de nos relations où la communication est la plus difficile en ce moment.

# JOUR 5

**Ésaïe 49:10**

**« Celui qui a compassion d'eux sera leur guide, et il les conduira vers des sources d'eau. »**

Dieu a compassion de toi. Il en a eu, Il en a, et Il en aura encore : c'est le cœur même de Ses entrailles. La compassion de Dieu n'est ni distante ni abstraite. Elle bouleverse, elle engage, elle aime sans craindre le coût. Elle n'a pas peur de souffrir, et elle n'a pas peur des responsabilités que l'amour implique. Elle aime jusqu'à l'extrême, jusqu'à l'agonie de la croix.

Pourquoi le Maître et Créateur de l'univers s'est-il fait le dernier des hommes ? Parce que la compassion de Dieu va jusque-là. Jésus vit en toi par le Saint-Esprit : Ses entrailles et les battements de Son cœur te sont accessibles. Tu peux les connaître, les ressentir et t'y aligner. Le cœur de Jésus est la réponse que l'humanité recherche, et tu peux manifester cette réponse en choisissant d'agir selon Sa compassion. Tu n'es pas vide. Dieu est ton guide et Il t'a conduit vers des sources d'eau. Ces eaux coulent en toi maintenant. Jésus l'a promis : « Celui qui croit en moi, des fleuves d'eau vive couleront de son sein ». Si ces eaux vivaient encore en Lui après la croix, combien plus peuvent-elles jaillir de toi pour ton prochain, puisqu'il vit en toi !

## DECLARATIONS | DÉFI :

Médite sur l'amour de Dieu dans un temps de silence, compte les bienfaits de Dieu. Choisis de déposer ce qui te tracasse ou ce qui suscite de la peur dans ton cœur. Cela peut être des peurs qui sont liées à l'amour, à l'engagement ou à la souffrance. Et demande maintenant au Saint-Esprit de te remplir encore de ses eaux vives d'amour, car l'amour parfait chasse toute crainte.

Aujourd'hui, demande au Saint-Esprit de te montrer un pas concret à faire pour une personne qui traverse une période douloureuse, et engage-toi à y répondre avec obéissance, par les dons de l'Esprit ou par un acte d'amour simple.

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Remercions Dieu pour Sa compassion fidèle et constante.
- Demandons au Saint-Esprit de nous faire connaître plus profondément le cœur de Jésus.
- Demandons la sagesse et la sensibilité pour prendre soin des personnes en difficulté et devenir une personne sur qui d'autres pourront s'appuyer en église, dans la vie de tous les jours, ou dans nos groupes de maison et notons ce que nous recevons.

# | JOUR 6

## **Éphésiens 4:11-13**

**« Et il a donné les uns comme apôtres, les autres comme prophètes, les autres comme évangélisateurs, les autres comme pasteurs et docteurs, pour le perfectionnement des saints en vue de l'œuvre du ministère et de l'édification du Corps de Christ, jusqu'à ce que nous soyons tous parvenus à l'unité de la foi et de la connaissance du Fils de Dieu, à l'état d'homme fait, à la mesure de la stature parfaite de Christ ... »**

Ces versets nous révèlent le but du service et des ministères dans l'Église. Dieu a donné à chacun des capacités et une place spécifique, afin que tous œuvrent à la croissance du Corps de Christ.

Le service n'a qu'un objectif : faire grandir l'Église jusqu'à l'unité de la foi, à une connaissance profonde de Christ et à la maturité spirituelle qui Le caractérisait lorsqu'il marchait sur la terre. Servir, ce n'est pas remplir une fonction, c'est participer activement à l'édification de l'Épouse de Christ.

Le service d'accueil illustre parfaitement cette réalité. Il demande de l'écoute, de la disponibilité et de la fidélité. Nous sommes comme les doigts de la main : ceux qui attirent, qui retiennent et qui transmettent la chaleur. Chaque dimanche, nous accueillons les frères et sœurs comme si nous accueillions Christ Lui-même.

À l'image des vierges sages, nous nous tenons prêts, avec de l'huile dans nos lampes. Cette huile, c'est la joie de servir, l'empressement du cœur et la chaleur de l'amour. C'est un état d'esprit que seule la maturité dans le service peut produire.

## **DECLARATIONS | DÉFI :**

Je déclare que je sers avec joie, fidélité et maturité. Je choisis d'accueillir chaque personne comme si j'accueillais Christ. Mon service contribue à l'unité, à la croissance et à la maturité de l'Église. Aujourd'hui, je prends conscience de mon rôle dans le Corps de Christ et je m'engage à servir avec un cœur disponible, attentif et fidèle.

## **SUJETS DE PRIÈRE :**

- Que le Seigneur nous donne un ardent désir de servir, comme si nous L'accueillions en personne chaque dimanche.
- Que chacun soit attentif et à l'écoute des membres de l'assemblée.
- Que Dieu nous aide à être fidèle dans les horaires, le planning et le partage des tâches.
- Que le Seigneur suscite un nouvel élan, de la joie dans le service et de nouveaux équipiers pour renforcer l'équipe d'accueil.

# JOUR 7

**Marc 2:13-19**

**« Tant qu'ils ont l'Époux avec eux, ils ne peuvent pas jeûner. Mais des jours viendront où l'Époux leur sera enlevé ; alors, ce jour-là, ils jeûneront. »**

Dans ce passage, le langage de Jésus est profondément révélateur. Alors que les pharisiens critiquent Ses disciples, Jésus les appelle « les amis de l'Époux ». Cette identité est fondamentale : avec ou sans jeûne, nous restons avant tout des amis de Jésus. C'est depuis cette relation que tout le reste prend sens.

Jésus annonce cependant qu'un temps viendra où Ses disciples jeûneront. Le jeûne n'est donc pas une obligation religieuse, mais une réponse spirituelle à un appel. La Parole nous montre plusieurs fruits du jeûne : il fortifie notre vie spirituelle, aide notre esprit à dominer l'âme et le corps, affine notre écoute de Dieu et ouvre des percées lorsque notre progression semble bloquée.

Le jeûne ne nous éloigne pas de l'Époux, il nous recentre sur Lui. Il nous rend plus sensibles, plus disponibles et plus alignés avec ce que Dieu désire accomplir en nous et à travers nous.

## DECLARATIONS | DÉFI :

Je déclare que je suis un ami de l'Époux avant toute chose.

Je choisis de jeûner non par contrainte, mais par amour et par foi.

Je crois que ce temps de jeûne fortifie mon esprit, affine mon écoute et ouvre des percées dans ma vie.

Aujourd'hui, je demande au Seigneur s'il y a quelque chose que je dois mettre de côté pour Le suivre avec plus de liberté et de profondeur.

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Que le Seigneur nous permette de voir l'Eglise comme Il la voit, Son Epouse.
- Pronspour 3 ou 4 membres de l'église que nous connaissons et déclarons la bénédiction de Dieu sur leur vie.
- Selon 1 Cor 14 :26 nous avons accès aux dons de l'Esprit pour l'édification de l'église. Cherchons Dieu aujourd'hui pour une contribution ce dimanche
- En Marc 2 Lévi a tout laissé pour suivre Jésus. Demandons-Lui s'il y a des choses que nous pourrions mettre de côté pour mieux Le suivre.
- Une pratique qui produit la maturité est la méditation de la Parole. Lisons Jean 16, 24 à haute voix, essayons de l'apprendre par cœur, recevons sa vérité : « Jusqu'à présent vous n'avez rien demandé en Mon Nom. Demandez et vous recevrez, afin que votre joie soit parfaite. »

# | JOUR 8

**Marc 6:37-41**

Face à la foule affamée, Jésus confronte Ses disciples à leur appel : « Donnez-leur vous-mêmes à manger. » Ils raisonnent humainement, voient leurs limites et ne savent pas par où commencer. Alors Jésus les recentre : « Allez voir ce que vous avez. »

À travers ce miracle, Jésus révèle plusieurs principes essentiels pour marcher dans le surnaturel :

- Tu peux participer au miraculeux.
- Le peu que tu as suffit entre les mains de Dieu.
- La reconnaissance précède souvent la multiplication.
- L'obéissance ouvre la voie au miracle.
- Ce que Dieu multiplie est destiné à être donné.

Jésus ne cherchait pas seulement à nourrir une foule, mais à révéler le potentiel spirituel de Ses disciples. Le surnaturel commence lorsque nous cessons de regarder ce qui nous manque et que nous remettons ce que nous avons déjà entre Ses mains.

## **DECLARATIONS | DÉFI :**

Je déclare que Dieu m'invite à participer à Ses œuvres surnaturelles.

Je choisis de Lui offrir ce que j'ai, même si cela me paraît insuffisant.

Je rends grâce avant de voir le miracle et j'obéis à ce que Jésus me demande.

Aujourd'hui, je rends grâce au Seigneur pour ce que j'ai déjà entre les mains et je lui demande comment Il veut l'utiliser pour bénir les autres.

- Lis ce verset à haute voix, essaie de l'apprendre par cœur et reçois sa vérité « En vérité, en vérité Je vous le dis, celui qui croit en Moi fera aussi les œuvres que Je fais, et il en fera de plus grandes, parce que Je m'en vais au Père. » Jean 14:12

## **SUJETS DE PRIÈRE :**

Veux-tu participer à un miracle comme les disciples ? Prie dans ce sens !

- Ici la motivation de Jésus était la compassion : demandons-Lui de mettre Sa compassion dans nos cœur.
- « Rien est impossible à celui qui croit ». Prions que Dieu nous montre comment mettre notre foi en pratique. Une foi qui agit est une foi qui grandit !
- « Vous avez reçu gratuitement, donnez gratuitement. » Qu'est-ce que nous pouvons donner aux autres ? Prions dans ce sens.

# JOUR 9

**Marc 16:15-16**

**« Allez dans le monde entier et proclamez la bonne nouvelle à toute la création. »**

Un signe d'une Église en bonne santé est sa capacité à témoigner. Le message que Jésus nous a confié est une bonne nouvelle : des vies sauvées, guéries, délivrées, restaurées, réconciliées avec Dieu qui devient Père.

L'ennemi cherche à nous intimider pour nous faire taire, mais le Saint-Esprit nous pousse à discerner et saisir des rendez-vous divins. L'évangélisation n'est pas une pression, c'est un privilège. Jésus nous envoie non avec la peur, mais avec Sa puissance.

Annoncer l'Évangile, c'est croire que Dieu agit encore aujourd'hui et qu'il désire toucher des coeurs à travers chacun de nous.

## **DECLARATIONS | DÉFI :**

Je déclare que je ne me tairai pas face à la Bonne Nouvelle de Jésus-Christ.

Je choisis de me laisser inspirer par le Saint-Esprit plutôt que freiner par la crainte.

Je crois que Dieu prépare des rendez-vous divins et que je suis disponible pour y répondre.

Aujourd'hui, je demande au Seigneur comment je peux participer concrètement à Sa mission, là où Il m'a placé.

- Lis à voix haute, mémorise et reçois cette vérité : « Vous recevrez une puissance, le Saint-Esprit survenant sur vous, et vous serez Mes témoins. »

## **SUJETS DE PRIÈRE :**

- Prions pour que 12 non-chrétiens soient sauvés et ajoutés à l'Église avant fin juin, qu'ils participent au Parcours Découverte et prennent le baptême d'eau.
- Osons demander à Dieu plus de 20 nouveaux convertis en 2026.
- Prions pour une mission de guérison et d'évangélisation à Madagascar, idéalement mi-avril.
- Prions pour que 20 membres de l'Église se mobilisent pour l'évangélisation à Paris en 2026, et demandons au Seigneur qu'il nous éclaire sur notre propre part.
- Prions pour recevoir le privilège d'accompagner quelqu'un dans sa croissance spirituelle.

# | JOUR 10

**Jean 13 : 1**

**« Jésus... ayant aimé les siens qui étaient dans le monde, mit le comble à Son amour pour eux. » Jean 13 : 34-35, « Je vous donne un commandement nouveau : aimez-vous les uns les autres, comme Je vous ai aimés, vous aussi, aimez-vous les uns les autres. »**

En tant que chrétiens, il est naturel de désirer grandir en maturité. Mais la maturité spirituelle ne se mesure pas d'abord à la connaissance, aux dons ou aux œuvres visibles. Sa plus grande expression, c'est la capacité d'aimer comme Dieu aime. La Bible nous rappelle une vérité fondamentale : Dieu est amour. Et si Dieu est amour, alors grandir à Son image, c'est apprendre à aimer de plus en plus profondément, sincèrement et librement. Nous sommes appelés à être des imitateurs de Dieu en laissant Son amour prendre forme en nous et s'exprimer à travers nous. Seul Dieu peut donner des commandements à toute l'humanité. Et Jésus a révélé Sa divinité en nous donnant, dans la Nouvelle Alliance, un seul commandement véritablement nouveau : aimer. Je vous rappelle aussi ce que le Seigneur a partagé à travers Jason Chin lorsqu'il était avec nous fin novembre : « Tout ce que Je te demande, c'est d'exprimer Mon amour autour de toi. » Cette parole est simple, mais profondément exigeante. Elle nous ramène à l'essentiel : laisser l'amour de Dieu nous transformer intérieurement, afin qu'il devienne visible dans nos paroles, nos attitudes et notre manière de vivre avec les autres.

## **DECLARATIONS | DÉFI :**

Je déclare que l'amour est le fondement de ma maturité en Christ.  
Je choisis d'aimer comme Jésus m'a aimé, sans réserve et avec vérité.  
Je demande au Saint-Esprit de remplir mon cœur de l'amour du Père.  
Aujourd'hui, je demande au Seigneur un geste concret d'amour à poser envers quelqu'un, et je m'engage à y répondre avec obéissance.  
• Lisons à voix haute, mémorisons et recevons cette vérité :  
« N'aimons pas en paroles et avec la langue seulement, mais en actions et avec vérité. » 1 Jean 3:18-19

## **SUJETS DE PRIÈRE :**

- Demandons au Seigneur de nous aider à L'aimer de tout notre cœur, de toute notre pensée et de toute nos force.
- Demandons au Seigneur de révéler ce qui, en nous, nous empêche d'aimer pleinement les autres.
- Prions pour recevoir Sa solution et être transformé à Son image.
- Intercédons pour deux ou trois personnes que nous trouvons difficiles à aimer, afin de recevoir le cœur de Christ pour elles.

# JOUR 11

## **Jacques 1: 22-24 (PDV)**

**« Ne vous contentez pas d'écouter la Parole, mais faites ce qu'elle dit, sinon, vous vous trompez vous-mêmes. Oui, celui qui écoute la parole et qui ne fait pas ce qu'elle dit, voici à qui il ressemble : il ressemble à un homme qui regarde son visage dans un miroir. Il se voit tel qu'il est, il se regarde, puis il s'en va et il oublie tout de suite comment il est. »**

Peut-être la plus grande clé de la maturité est de mettre en pratique la parole de Dieu. La Parole révèle qui nous sommes, dans notre nouvelle identité d'enfants de Dieu, et nous montre ce que nous sommes capables de faire en collaboration avec le St Esprit. Si nous voulons grandir en maturité nous devons nous mettre d'accord avec tout ce que Dieu dit à notre sujet. S'il dit que je peux déplacer des montagnes avec ma foi, alors c'est le cas ! A nous de décider en 2026 que le moment est venu pour exercer ma foi et voir l'action de Dieu dans tous les domaines de ma vie !

## **DECLARATIONS | DÉFI :**

Je déclare que je suis unique et créé(e) intentionnellement par Dieu. Je refuse de me cacher et je réponds à Son appel : lève-toi et brille. Je déclare que je ne suis pas oublié(e), mais aimé(e), façonné(e), protégé(e) et accompagné(e) par Dieu. Je choisis de croire que je peux faire ce qu'il dit que je suis capable de faire, car Il est avec moi. Aujourd'hui, je décide de poser un acte concret de foi, en réponse directe à une parole que Dieu m'a donnée.

- Lisons à haute voix et à méditons : **Marc 11 : 23-24 (PDV)** « Supposons ceci : quelqu'un dit à cette montagne : "Va-t'en et jette-toi dans la mer !" Je vous le dis, c'est la vérité, si cette personne n'hésite pas dans son cœur, mais si elle croit que sa parole va se réaliser, alors Dieu la réalisera. C'est pourquoi je vous le dis : quand vous priez pour demander quelque chose, croyez que vous l'avez reçue, et Dieu vous le donnera. »

## **SUJETS DE PRIÈRE :**

- Intercédons pour le salut de toute notre famille, en croyant que notre vie éclaire toute la maison.
- Demandons au Seigneur de nous révéler les actions à poser, comme Il l'a fait avec Gédéon.
- Déclarons que spirituellement : nous sommes fort, établi et porteur d'influence.
- Demandons à Dieu de nous montrer clairement les projets qu'il a préparés pour nous cette année.
- Prions pour recevoir le courage d'entrer pleinement dans ce à quoi Il nous appelle.

# | JOUR 12

## **1 Corinthiens 11:28**

**« Que chacun donc s'éprouve soi-même, et qu'ainsi il mange du pain et boive de la coupe. »**

La Sainte Cène est une invitation à la grâce. Trop souvent, nous nous examinons à travers notre comportement plutôt que nos croyances. Beaucoup pensent prendre ce repas « d'une manière indigne » lorsqu'ils estiment ne pas être à la hauteur. Pourtant, la vérité est simple : Jésus nous a rendus pleinement dignes. Le pain et la coupe sont la preuve visible que Dieu fait grâce, encore et encore. Refuser de prendre la Sainte Cène par sentiment d'indignité revient à se juger plus sévèrement que Dieu Lui-même. Ce repas n'annonce pas notre condamnation, mais notre justification, notre sainteté et notre réconciliation. La repentance biblique signifie changer de manière de penser. La Sainte Cène devient alors un moment puissant pour renoncer aux mensonges que nous avons crus et accueillir la vérité de Dieu. Là où l'espoir manque, il y a souvent un mensonge à rejeter. En prenant ce repas avec foi et joie, nous laissons la vérité nous transformer de l'intérieur.

### **DECLARATIONS | DÉFI :**

Je déclare que Jésus m'a rendu digne de prendre la Sainte Cène. Je refuse le mensonge de l'indignité et je reçois la grâce avec reconnaissance. Je choisis de me repentir des fausses croyances que j'ai acceptées :

- Je ne suis pas défini(e) par mon passé, mais par mon identité en Christ.
  - Je reçois l'amour inconditionnel du Père.
  - Je ne suis pas un pécheur, mais un saint rendu juste par Christ.
  - Ce repas annonce des bénédictions à venir dans ma vie.
  - Je prends la Sainte Cène avec joie, car la joie du Seigneur est ma force.
- Aujourd'hui, je prends la Sainte Cène chez moi avec foi, joie et reconnaissance.

### **SUJETS DE PRIÈRE :**

- Demandons au Seigneur de révéler tout mensonge que nous croyons concernant la Sainte Cène.
- Demandons-Lui de mettre en lumière toute autre fausse croyance à rejeter avant de prendre ce repas.
- Prions pour un renouvellement profond de notre intelligence par la vérité de Dieu.
- Remercions le Seigneur pour la liberté, la guérison et la transformation que produit Sa vérité.

# JOUR 13

## Hébreux 9:4

« ...et l'arche de l'alliance, entièrement recouverte d'or. Il y avait dans l'arche un vase d'or contenant la manne, la verge d'Aaron, qui avait fleuri, et les tables de l'alliance. »

Dans l'Ancienne Alliance, l'arche contenait trois éléments. Dans la Nouvelle Alliance, cette arche, c'est toi. Dieu n'habite plus dans un coffre, mais en Ses enfants. La verge d'Aaron parle de l'autorité sacerdotale. En Christ, tu es devenu un prêtre, porteur d'une autorité divine déléguée. Dieu écoute Ses enfants lorsqu'ils prient dans cette position. Prier ensemble, c'est exercer cette autorité reçue. Les tables de l'alliance parlent de la Parole. C'est par elle que tu es devenu une nouvelle création, et c'est en demeurant rempli de la Parole que tu deviens puissant. Plus la Parole habite en toi, plus ta vie manifeste la réalité du Royaume. La manne représente le pain du ciel. Chaque fois que tu prends la Sainte Cène, tu te rappelles que Christ est ta vraie nourriture. Ce pain est en toi, et ce que tu as reçu gratuitement est destiné à être donné. Le monde attend que tu distribues cette vie. Tu es une arche vivante de la Nouvelle Alliance : prêtre, rempli de la Parole et porteur de la présence de Dieu. La gloire de Dieu est sur toi, et ce monde attend la révélation des enfants de Dieu.

## DECLARATIONS | DÉFI :

Je déclare que je suis une arche vivante de la Nouvelle Alliance.  
Je suis prêtre devant Dieu et j'exerce l'autorité qu'il m'a confiée.  
Je choisis d'être rempli de la Parole et nourri de la vie de Christ.  
Aujourd'hui, je m'engage à prier avec foi, à méditer la Parole et à donner gratuitement ce que j'ai reçu.

- Lisons à voix haute, plusieurs fois, et recevons cette vérité : « Vous êtes un peuple choisi, une communauté de rois-prêtres... afin de proclamer les œuvres merveilleuses de Celui qui vous a appelés à passer des ténèbres à son admirable lumière. » (1 Pierre 2:9)

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Demandons au Père de mieux comprendre notre rôle de prêtre devant Lui.
- Présentons au Seigneur un sujet précis de prière et croyons qu'il exaucera.
- Prions pour grandir en autorité spirituelle et demandons une occasion de l'exercer.
- Prenons un temps pour écouter Dieu à travers Sa Parole.
- Développons notre méditation biblique et laissons la vérité de Dieu nous imprégner.

# | JOUR 14

**Jacques 1:2-4 | Hébreux 5:14**

Dieu ne dit pas que l'épreuve est agréable. Mais Il affirme qu'elle a un but. Pense à l'arbre battu par les vents. Chaque tempête le force à enfoncer ses racines plus profondément dans le sol. Ce qui semblait le détruire le rend en réalité plus solide. Ta foi, lorsqu'elle est testée, ne diminue pas, elle grandit. L'épreuve devient un outil entre les mains de Dieu pour produire en toi la persévérance : cette capacité de rester debout quand tout semble fragile. Il ne s'agit pas de la tentation, elle ne vient pas de Dieu.

La maturité spirituelle ne se construit pas quand tout va bien. Elle se construit quand on choisit de s'accrocher à Dieu même quand c'est difficile et que les circonstances pourraient nous faire lâcher sa main. Hébreux 5:14 nous rappelle que le discernement s'acquiert par l'usage, par l'obéissance répétée. Avec le temps, tu apprends à distinguer ce qui vient de Dieu de ce qui vient de tes émotions.

Ce que tu traverses aujourd'hui n'est pas inutile. Même si cela dure, Dieu va le retourner en ta faveur.

Alors ne te décourage pas. Demande-Lui ce que tu peux apprendre dans cette saison. Ce qu'il bâtit en toi maintenant te préparera à tenir debout demain, et à vivre la victoire sans t'effondrer.

## **DECLARATIONS | DÉFI :**

- « Je choisis de rester fidèle et persévérant dans toutes les épreuves. Chaque saison difficile construit ma maturité et prépare ma victoire. »
- « Je suis attentif à la voix de Dieu et je discerne ce qui vient de Lui. Ma foi est enracinée et stable, et je fais les bons choix avec sagesse. »
- « Je grandis spirituellement chaque jour. Mon cœur est stable, ma foi est solide, et je marche avec Dieu même dans les moments difficiles. »

## **SUJETS DE PRIÈRE :**

- Demandons à Dieu de faire grandir notre maturité et notre persévérance, même dans les saisons difficiles, et de nous aider à rester attachés à Lui.
- Prions pour recevoir le discernement et la sagesse afin de reconnaître ce qui vient de Dieu et faire les bons choix, même quand le chemin semble étroit.
- Demandons à Dieu de nous aider à avoir une foi stable et enracinée, qui tient ferme malgré les circonstances et qui ne dépend pas de nos émotions.

# JOUR 15

**Psaume 23:3**

**« Il restaure mon âme. »**

Dieu ne se contente pas de te sauver : Il prend soin de ton âme.

Là où la vie a laissé des blessures, des déceptions ou une fatigue profonde, Dieu ne te bouscule pas.

Il s'approche avec douceur. Il soigne. Il restaure.

La guérison émotionnelle, le travail sur les traumatismes, ne sont pas des signes de faiblesse spirituelle. Bien au contraire. Ils témoignent d'une vraie maturité. Personne ne grandit sans passer par cette saison où l'on accepte d'être vulnérable, vrai, honnête devant Dieu.

Se sentir faible n'est pas un échec. C'est reconnaître la réalité telle qu'elle est. Et c'est précisément à partir de là que Dieu peut nous repositionner dans Sa force. L'apôtre Paul savait reconnaître l'état de son âme ; c'est aussi pour cela qu'il pouvait apprécier avec autant de profondeur l'œuvre de Dieu en lui.

Le désir du Seigneur est clair : te rendre entier, libre intérieurement, capable d'aimer sans porter le poids du passé, capable d'avancer sans traîner les chaînes d'hier.

Ce que Dieu restaure dans le secret devient, avec le temps, une force visible, stable, paisible, solide.

## DECLARATIONS | DÉFI :

Je déclare que Dieu restaure mon âme.

Je peux guérir car aucun état n'est désespéré pour Dieu!

Je choisis de laisser Dieu toucher les zones blessées de mon cœur.

Aujourd'hui, je prends un temps pour remettre à Dieu une blessure que j'ai porté trop longtemps.

Je choisis de ne plus rester dans l'offense car je sais que je suis pleinement aimé, considéré et justifié par Dieu.

- Défi : inscris-toi à SOZO qui va commencer bientôt afin de recevoir la guérison dont ton âme a besoin pour entrer dans plus de maturité.

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Demandons au Seigneur de révéler ce qui a besoin d'être guéri dans nos cœur.
- Accueillons la restauration de Dieu sans culpabilité ni honte.
- Prions pour recevoir la paix et la liberté intérieure promises par Dieu.
- Prions pour bénir ceux qui nous ont fait du mal avec sincérité et en prophétisant le bien que Dieu va leur faire!

# | JOUR 16

**Romains 8:15**

**« Vous avez reçu un Esprit d'adoption, par lequel nous crions : Abba ! Père ! »**

Dieu ne t'a pas sauvé pour que tu vives dans la peur, ni pour que tu t'épuises dans la performance. Il t'a adopté.

Tu n'es pas simplement accepté par tolérance : tu es désiré, voulu, accueilli dans Sa maison.

La mentalité d'esclave pousse à mériter, à prouver, à avancer avec la crainte de mal faire ou d'échouer. À l'inverse, la mentalité de fils et de fille invite au repos, à la confiance, à cette assurance tranquille qui naît quand on sait à qui l'on appartient. Elle ne nie pas les défis, mais elle change complètement la manière de les traverser.

Plus tu choisis de vivre comme un enfant aimé, plus ta relation avec Dieu devient simple, libre et profonde. Tu découvres un Dieu qui ne te mesure pas à ta performance, mais qui t'accompagne avec patience, même dans tes fragilités.

Tu es appelé à demeurer dans l'amour inconditionnel de Dieu, jour après jour, à respirer la liberté qu'il t'offre et à t'y épanouir pleinement. À Ses yeux, tu es précieux, et chaque jour est une nouvelle occasion de marcher dans Sa lumière, sans peur, sans masque, porté par Son amour.

## DÉCLARATIONS | DÉFI :

Je déclare que je suis Enfant de Dieu, pleinement aimé.

Je renonce à la performance et à la peur.

Je choisis de vivre dans la confiance et l'intimité avec mon Père.

Aujourd'hui, je m'approche de Dieu sans masque ni justification.

Trouve 5 passages bibliques qui expliquent ce qu'est un Enfant de Dieu et ses priviléges et médites-les (internet est ton ami et l'IA peut aussi parfois t'être utile!)

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Remercions Dieu pour l'adoption et l'amour inconditionnel.
- Rejetons toute tentation de faire les choses par nos propres forces et toute tentative de prouver notre valeur à Dieu; Il la connaît!
- Prions pour recevoir la conviction que toutes choses anciennes sont passées
- Demandons au Saint-Esprit de nous apprendre à comprendre et vivre comme un fils et une fille.

# JOUR 17

**Ésaïe 40:29-31**

**« Il donne de la force à celui qui est fatigué ... Ceux qui espèrent en l'Éternel renouvellent leur force. »**

Tu sais, nous avons parfois cette image d'un Dieu qui attend de nous une performance constante, une foi inébranlable, une énergie sans faille. Mais ce n'est pas le Dieu de la Bible. Le Dieu que nous servons est celui qui a dit à Élie, épuisé et découragé sous son genêt : « Lève-toi et mange, car le chemin est trop long pour toi » (1 Rois 19:7).

Remarque bien : Dieu n'a pas sermonné Élie sur son manque de foi. Il ne lui a pas dit de se ressaisir. Non. Il lui a envoyé un ange avec du pain et de l'eau. Avant la mission, avant les grandes révélations de l'Horeb, Dieu a d'abord pris soin de son corps fatigué.

Le découragement n'est pas toujours un manque de foi. Parfois, c'est simplement le signal que tu as besoin de renouvellement spirituel, émotionnel, physique. C'est un appel à revenir à la Source, pas une accusation contre ton cœur.

Pense à ton téléphone quand la batterie est à 5%. Tu ne lui reproches pas d'être vide, tu le branches ! De la même manière, Dieu ne te demande pas de fonctionner sur réserve. Il t'invite à te brancher sur Sa présence, Sa Parole, Sa grâce.

Dieu ne t'appelle pas à tenir par tes propres forces, mais à recevoir les Siennes. Là où tu te sens vidé, Il veut te remplir à nouveau. Ésaïe 40:31 nous le promet : « Ceux qui espèrent en l'Éternel renouvellent leur force. »

## DECLARATIONS | DÉFI :

Je déclare que Dieu renouvelle mes forces.

Je refuse de croire que ma fatigue est un échec.

Je reçois aujourd'hui le repos et la force de Dieu.

Je choisis de ralentir et de me tourner vers Dieu pour être renouvelé.

- Médite sur ces choses dans le silence, coupes-toi de tout bruit pendant 15 minutes et attends-toi à être visité

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Présentons à Dieu notre fatigue physique, émotionnelle ou spirituelle.
- Demandons un renouvellement intérieur par le Saint-Esprit.
- Recevons la paix et la force promises par Dieu.

# | JOUR 18

**Éphésiens 4:32**

**« Pardonnez-vous réciproquement, comme Dieu vous a pardonné. »**

Parlons honnêtement : pardonner, c'est difficile. Mais voici une vérité libératrice : le pardon ne nie pas la blessure. Tu n'as pas besoin de minimiser ce qu'on t'a fait. Dieu voit la plaie, chaque larme, chaque « pourquoi ? » resté sans réponse.

Imagine une main qui serre une braise ardente. Plus tu la tiens, plus elle te brûle. La personne qui t'a blessé est peut-être passée à autre chose, mais toi, tu portes encore cette braise. Tant que le pardon est retenu, la blessure gouverne. Elle occupe un trône qui ne lui appartient pas.

Dieu ne te demande pas d'oublier. Il te demande de Lui confier ce qui t'a fait mal, de déposer cette braise dans Ses mains percées, celles qui connaissent la trahison mieux que quiconque...

Le pardon, ce n'est pas dire : « Ce n'était pas grave. » C'est dire : « Je refuse de rester prisonnier. »

Là où tu pardones, Dieu reprend Sa place. L'amertume laisse place à la paix.

Osons cette prière : « Seigneur, aide-moi à pardonner comme Tu m'as pardonné. » Ce n'est pas de la faiblesse, c'est le chemin de la vraie liberté.

## DÉCLARATIONS | DÉFI :

Je déclare que le pardon me libère.

Je choisis de remettre à Dieu ce qui m'a blessé.

Je ne laisse plus le passé contrôler mon présent.

Aujourd'hui, je pardonne par obéissance et par foi.

- Si tu as une personne que tu n'arrives pas à pardonner, fais ceci : prends une feuille et note comment tu te sens et pourquoi tu lui en veux (prends courage!); ensuite au bas de la feuille, fais un contrat avec Dieu à peu près en ces termes : "Je m'engage à pardonner et je m'attends à ce que tu transformes ce que j'ai vécu en bien" et ensuite brûle cette feuille de sorte que personne ne pourra plus changer ce qui a été écrit. Essaie cette démarche. Pardonner c'est un acte de foi avant d'être un sentiment.

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Demandons la grâce de pardonner là où c'est difficile.
- Remettons à Dieu toute amertume ou ressentiment.
- Prions pour recevoir la liberté intérieure et la guérison de notre cœur.

# JOUR 19

**Matthieu 11:28**

**« Venez à Moi... et Je vous donnerai du repos. »**

Entends bien cette invitation : Jésus ne dit pas « Tenez bon encore un peu » ou « Faites plus d'efforts ». Il dit : « Venez. » C'est un appel à s'arrêter, pas à s'épuiser davantage.

Nous vivons dans une culture qui glorifie l'activité permanente. Mais Dieu ne se glorifie pas dans ton épuisement. Il n'est pas impressionné par ton surmenage. Au contraire, Il t'invite à déposer ton fardeau.

Pense au jardinier qui plante une graine. Après l'avoir mise en terre, il ne reste pas debout toute la nuit à tirer dessus pour qu'elle pousse plus vite ! Il se repose parce qu'il sait que quelque chose travaille sous la surface, même dans son sommeil. Le repos est un acte de foi : il affirme que Dieu agit même quand tu t'arrêtes.

Apprendre à se reposer, c'est apprendre à faire confiance. C'est dire : « Seigneur, l'univers ne s'effondrera pas si je m'arrête. Tu es aux commandes. »

Le repos restaure la clarté de pensée, la joie du cœur, la communion avec Dieu.

Alors aujourd'hui, accepte cette permission divine : tu as le droit de souffler. Viens à Lui. Il te donnera du repos.

## DECLARATIONS | DÉFI :

Je déclare que le repos fait partie de ma foi.

Je choisis de m'arrêter pour mieux écouter Dieu.

Je fais confiance à Dieu plus qu'à mon activisme.

Aujourd'hui, je prends un temps intentionnel de repos avec Dieu.

- Aujourd'hui testes cette façon de parler à Dieu : assieds-toi et raconte lui tout et n'importe quoi jusqu'à épuisement; oups non, on va dire jusqu'à ce que tu te sentes léger.

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Prions pour entrer dans un repos de foi qui restaure notre âme.
- Prions pour être délivrés de la culture de l'épuisement et du surmenage intérieur.
- Prions pour apprendre à répondre à l'appel de Jésus sans culpabilité.

# | JOUR 20

**Éphésiens 4:32**

**« Pardonnez-vous réciproquement, comme Dieu vous a pardonné. »**

Peut-être traverses-tu une saison où certaines choses ne semblent pas bouger. Tu pries, tu persévères mais le ciel paraît silencieux. Où est le fruit ? Où est le changement ?

Voici la vérité : même quand tu ne vois rien changer, Dieu travaille.

Pense au bambou chinois. Pendant cinq ans, tu l'arroses fidèlement et rien ne pousse. Rien de visible. Puis soudain, en quelques semaines, il s'élève de plusieurs mètres ! Pendant ces cinq années « vides », il développait un système racinaire profond, capable de soutenir sa croissance explosive. Le silence de Dieu n'est pas Son absence. C'est souvent le temps des racines.

Ta fidélité dans l'ombre, ces prières que personne ne voit, cette obéissance qui ne reçoit pas d'applaudissements, prépare en réalité des fondations solides pour l'avenir. Dieu n'oublie aucune larme, aucun effort, aucune saison vécue avec Lui.

Celui qui a commencé cette œuvre en toi est le même qui la terminera. Il ne laisse pas Ses projets inachevés. Ta vie n'est pas un brouillon abandonné, c'est un chef-d'œuvre en cours.

Alors tiens bon. Continue d'arroser. Le moment de la percée viendra. Et ce jour-là, tu comprendras que Dieu n'a jamais cessé de travailler.

## DÉCLARATIONS | DÉFI :

Je déclare que Dieu agit même quand je ne vois rien.

Je reste fidèle, confiant dans Son œuvre.

Je crois que cette saison prépare quelque chose de bon.

Aujourd'hui, je choisis la fidélité plutôt que le découragement.

- Prends le temps aujourd'hui te songer à des situations désespérées où tout à coup ton super héros Jésus a volé à ton secours, peut-être ce moment où tu étais désespéré par rapport à ton travail, à tes amis, à tes finances ... laisse ce souvenir venir relever ta foi.

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Prions pour garder confiance lorsque rien ne semble bouger.
- Prions pour la fidélité dans l'ombre et la persévérence sans reconnaissance.
- Prions pour espérer la percée avec une foi patiente.

# JOUR 21

**Jérémie 29:11**

**« Je connais les projets que J'ai formés sur vous... des projets d'espérance. »**

Peut-être portes-tu un rêve qui tarde à se réaliser. Une promesse reçue il y a longtemps, qui semble s'éloigner chaque jour davantage. Le découragement murmure : « Laisse tomber. C'était une illusion. » Mais écoute bien : Dieu ne se moque pas des espérances différées. Il connaît l'attente qui pèse sur ton cœur.

Pense à Sara. Elle a attendu un fils pendant des décennies. À 90 ans, la promesse semblait absurde et pourtant Isaac est né. Ce qui semble retardé n'est pas annulé. Le calendrier de Dieu n'est pas le nôtre, mais Sa fidélité reste intacte.

L'espérance biblique n'est pas un optimisme naïf qui ferme les yeux sur la réalité. Elle est enracinée dans le caractère de Dieu : Celui qui tient toujours Ses promesses, même quand le chemin paraît impossible.

Dieu restaure la vision. Il rallume ce qui s'est éteint. Il ouvre des portes là où tu ne voyais que des murs.

Alors aujourd'hui, refuse d'enterrer ton espérance. Confie-la à Celui qui connaît, vraiment, les projets qu'il a pour toi. Des projets d'avenir. Des projets de paix.

## DECLARATIONS | DÉFI :

Je déclare que mon avenir est entre les mains de Dieu.

Je choisis l'espérance plutôt que la résignation.

Je crois que Dieu restaure ma vision.

Aujourd'hui, je demande à Dieu de raviver mon espérance.

- Prends une feuille, écris 10 choses pour lesquelles tu espères en 2026 et met la feuille au dessus de ton lit et pries tous les jours avec. Achète-toi un cahier et chaque fois que Dieu va te parler sur l'un de ces sujets, prends des notes et efforce-toi à mettre cela en application, sans pressions, sans calculs. Je suis certain qu'en lisant le chemin parcouru fin 2026, tu auras plusieurs témoignages à partager

## SUJETS DE PRIÈRE :

- Demandons à Dieu de restaurer notre espérance là où elle s'est affaiblie.
- Remettons à Dieu nos projets et nos attentes avec la certitude qu'il est bon et qu'il met dans nos coeurs des bons désirs.
- Recevons une vision renouvelée pour l'avenir.

**Eglise protestante Paris Evangile**  
[www.parisevangelie.fr](http://www.parisevangelie.fr)

